

# ХРОНИЧЕСКАЯ СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ



## ЧТО ТАКОЕ

Результатом большинства болезней сердца из-за отсутствия лечения становится хроническая сердечная недостаточность (ХСН). Это состояние, при котором сердце не может перекачивать кровь в достаточном объеме, в результате чего органы и ткани испытывают нехватку кислорода и питательных веществ

### Симптомы ХСН зависят от стадии ее развития

#### 1 стадия — компенсированная

(начальная, скрытая):

- ▶ Быстрая утомляемость, общая слабость
- ▶ Похолодание конечностей
- ▶ Учащенное сердцебиение
- ▶ Незначительные отеки голени и стоп к вечеру, которые проходят утром
- ▶ Сухой кашель

**Лечение на этой стадии эффективно и помогает избавиться от заболевания**

#### 2А стадия — субкомпенсированная

(обратимая):

Симптомы при левосторонней недостаточности (вызывает застой крови в малом круге кровообращения):

- ▶ Сердечная астма, которая проявляется одышкой в положении лежа
- ▶ Удушье и сухой кашель
- ▶ Укороченный вдох
- ▶ Пациент все чаще начинает спать в положении полусидя (на двух подушках)
- ▶ Может развиваться отек легких, который выражается kloкочущим дыханием, влажным кашлем, бледным носогубным треугольником

Симптомы при правосторонней недостаточности (вызывает застой в большом круге кровообращения):

- ▶ Увеличение живота с болями в правом подреберье из-за увеличения печени
- ▶ Нарастание отеков на нижних конечностях
- ▶ Набухание вен шеи и рук

**При правильно подобранном лечении возможно остановить развитие ХСН**

## 2Б стадия — декомпенсированная, необратимая

(развивается при застое в обоих кругах кровообращения)

Все симптомы стадии 2А +

- ▶ Одышка в покое и при любой незначительной нагрузке
- ▶ Асцит (скопление жидкости в брюшной полости)
- ▶ Постоянная слабость
- ▶ Пациент спит только в положении полусидя (на двух подушках)

Лечение помогает уменьшить проявление симптомов и максимально отсрочить Стадию 3

## 3 стадия — терминальная, конечная

(развивается сильно выраженная сердечная недостаточность)

- ▶ Постоянная тягостная одышка в покое
- ▶ Пациент почти все время проводит в постели и только в положении полусидя
- ▶ Желтушный цвет кожных покровов (из-за кардиального цирроза печени)
- ▶ Отеки всего тела

Лечение помогает замедлить развитие изменений во внутренних органах, но не приносит значительного улучшения самочувствия. Происходит полное истощение сердечной мышцы, печени, почек, головного мозга, наступает смерть

### ⊕ Рекомендовано

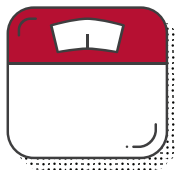
- Изменение образа жизни
- При ожирении снижение массы тела
- Категорический отказ от курения и приема алкогольных напитков
- Переносимая физическая нагрузка (пешие прогулки, комплекс ЛФК)

### ⊖ Не рекомендовано

- Игнорирование рекомендаций по изменению образа жизни и рациона питания
- Игнорирование назначенного лечения
- Стрессы и другие переживания, в том числе, связанные с сильными радостными эмоциями

### Внимание!

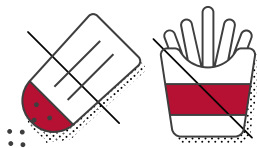
Симптомы ХСН на 1 стадии очень редко у пациентов вызывают настороженность. Между тем, крайне важно диагностировать это смертельно опасное заболевание как можно раньше. Поэтому, если появилась одышка, например, при ходьбе по лестнице или другой не слишком тяжелой нагрузке, стоит максимально быстро пройти профилактический осмотр у врача-терапевта или кардиолога

 **ЧТО ДЕЛАТЬ****Контроль веса**

При ХСН необходимо взвешиваться: натошак, без одежды, каждый день по утрам, в одно и то же время, на одних и тех же весах. Резкое увеличение веса (1 кг и более) свидетельствует о появлении скрытых отеков. В этом случае нужно принять назначенные мочегонные средства и проанализировать ситуацию для исключения ее возникновения в последующем

**Забота о больном ХСН**

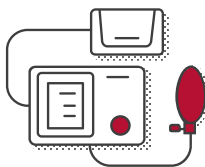
Создать больному условия для полноценного отдыха и сна. Тщательно следить за его питанием, питьевым режимом, потреблением соли. Взять под контроль прием назначенных препаратов и не реже 1 раза в сутки измерять все требуемые физиологические показатели (см. «Личный дневник пациента с ХСН»). Держать постоянную связь с лечащим врачом пациента

**Контроль питания**

Ограничение употребления поваренной соли до 4 грамм в сутки. При 2Б и 3 стадиях ХСН и выраженных отеках соль из рациона питания нужно исключить полностью. Само питание должно быть дробным, небольшими порциями 5–6 раз в день. Жирная, жареная и копченая пища, а также продукты, вызывающие газообразование, категорически запрещены

**Питьевой режим**

Ограничение потребления любой жидкости до 2 литров в сутки. При устойчивых отеках можно пить не более 0,8 л/сутки. При этом очень важно следить за количеством выпитой жидкости: оно должно соответствовать количеству выделенной мочи

**Контроль ЧСС и АД**

При повышении цифр ЧСС и АД и появлении одышки принять рекомендованные препараты и срочно вызвать дежурного терапевта. Если одышка нарастает — экстренно вызвать «СКОРУЮ ПОМОЩЬ» (см. «Личный дневник пациента с ХСН»)

**Это нужно знать**

В некоторых случаях при ХСН применяют методы хирургического лечения: стентирование, коронарное шунтирование и кардиоресинхронизирующая терапия. Пациенты молодого возраста на терминальной стадии ХСН могут стать кандидатами на трансплантацию сердца